



UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

Maestría en Psicología Clínica

**Equilibrio emocional de docentes de niños con necesidades
educativas especiales en edad preescolar**

Autora

Daniela Cristina Osorio Vallejo

Docente

Carlos Burneo Garcés, PhD.



Resumen

Introducción. La inclusión educativa es el proceso mediante el cual se garantiza que todos los estudiantes, tengan acceso a una educación de calidad y relevante en un ambiente de aprendizaje seguro y respetuoso. También es necesario entender que no todos los docentes están preparados pedagógica y emocionalmente para adoptar este reto. Al ser la primera infancia una etapa crucial del desarrollo existe mucha presión en el proceso de aplicación de los conocimientos pedagógicos y metodología adecuada para las distintas necesidades. Con esto, se puede entender la gran responsabilidad que implica el acompañamiento de estos niños, y la falta de habilidades para enfrentar este escenario supone la posibilidad de desarrollar algún tipo de afectación emocional, que si no se gestiona y controla puede convertirse en un trastorno en el futuro. **Problema.** Trabajar con niños con necesidades educativas especiales (NEE) puede ser altamente gratificante, pero también presenta varios desafíos. En la actualidad los docentes no cuentan con los recursos físicos, habilidades emocionales y la capacitación adecuada para atender a niños con diversas necesidades y habilidades en un entorno educativo inclusivo. Como resultado cada vez hay más docentes sufren estrés laboral o “Burnout”, ansiedad y agotamiento. **Objetivo.** Se propone determinar el grado de afectación emocional que tienen los docentes de preescolar que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en el Colegio Terranova en el Valle de Cumbayá. **Metodología.** Con esta finalidad, se estudiará el grado de afectación emocional de una muestra de 20 docentes todas de género femenino, quienes trabajan en el preescolar del Colegio Terranova ubicado en el valle de Cumbayá, y se analizará ciertos aspectos como: frecuencias, patrones, promedios y entender relaciones de causa y efecto, así como características sociodemográficas de los docentes. **Resultados esperados.** Con esto se pretende entregar al Colegio Terranova de Quito, un sustento para que puedan tomar acciones preventivas en la labor que tienen los docentes en cuanto al trabajo con niños con necesidades educativas especiales.

Palabras clave: Habilidades, Metodologías, Resiliencia, Trabajo en equipo, Autocuidado.



Abstract

Introduction. Educational inclusion is the process by which it is guaranteed that all students have access to quality and relevant education in a safe and respectful learning environment. It is also necessary to understand that not all teachers are pedagogically and emotionally prepared to take on this challenge. Since early childhood is a crucial stage of development, there is a lot of pressure in the process of applying pedagogical knowledge and appropriate methodology for different needs. With this, you can understand the great responsibility that accompanying these children entails, and the lack of skills to face this scenario means the possibility of developing some type of anxiety, which if not managed and controlled can lead to a disorder in the future. **Problem.** Working with children with special educational needs (SEN) can be highly rewarding, but it also presents several challenges. Currently, teachers do not have the physical resources, emotional skills, and adequate training to serve children with diverse needs and abilities in an inclusive educational environment. As a result, there are more and more teachers in crisis of work stress or “Burnout”, anxiety and exhaustion. **Objective.** It is proposed to determine the degree of emotional affectation of preschool teachers who work with children with special educational needs at the Terranova School in the Cumbaya Valley. **Methodology.** With this purpose, the degree of emotional affectation of a sample of 20 teachers, all female, who work in the preschool of the Terranova School located in the Cumbaya valley, will be studied and certain aspects will be analyzed such as: frequencies, patterns, averages and understand cause and effect relationships, sociodemographic characteristics of teachers. **Expected results.** This is intended to provide the Terranova School of Quito with support so that they can take preventive actions in the work that teachers have in terms of working with children with special abilities.

Keywords: Skills, Methodologies, Resilience, Teamwork, Self-care



Índice de contenidos

1. Introducción	1
2. Justificación y relevancia del tema	2
3. Pregunta de investigación	3
4. Objetivos	4
5. Marco teórico	4
6. Marco metodológico	15
7. Resultados esperados	
8. Propuesta de intervención en psicología clínica	
8.1. Nivel de Intervención	
8.2. Fundamentación	
8.3. Descripción de la Propuesta	
8.4. Objetivos de la intervención	
8.5. Población objetivo	
8.6. Actividades de intervención	
8.7. Recursos necesarios para implementar la intervención	
8.8. Plan de evaluación de la intervención	
8.9. Viabilidad	
9. Discusión, conclusiones y recomendaciones	
9.1. Implicaciones de los resultados esperados para la investigación y la práctica clínica	
9.2. Limitaciones y fortalezas de la propuesta de investigación y de la propuesta de intervención	
9.3. Conclusiones generales tras desarrollar la propuesta de investigación y la propuesta de intervención	
10. Referencias	
11. Anexos	



Índice de tablas

Tabla 1	24
Tabla 2	36



1. INTRODUCCIÓN

Los problemas de salud mental, se han incrementado en los últimos años, según un informe científico de la OMS del año 2022, la prevalencia mundial de la ansiedad y la depresión aumentó un 25% después de la pandemia (OPS, 2022). A partir de esto la percepción y entendimiento de la salud mental han cambiado, vemos que se van reduciendo paulatinamente los estigmas relacionados a los problemas derivados de la salud mental, también se han visto avances en tratamientos y terapias enfocadas en buscar un el equilibrio emocional; cada vez hay un mayor énfasis en la prevención de trastornos mentales y en psicoeducación, así como en la promoción de entornos que fomenten habilidades para desarrollar inteligencia emocional y resiliencia, la cual se entiende como “la capacidad para adaptarse y superar la adversidad” (APA, 2011).

La problemática en salud mental, no es ajena al ámbito de la docencia, los docentes que trabajan con niños de preescolar desempeñan un rol fundamental en los primeros años de su desarrollo, esta labor no solo responde a una transmisión de conocimientos, los docentes contribuyen en la formación integral de los estudiantes, son quienes enfrentan diariamente desafíos en los diferentes procesos de enseñanza-aprendizaje. Según el Ministerio del Educación de Ecuador los niños con NEE son “aquellos que presentan mayores dificultades que el resto de sus compañeros para conseguir un determinado objetivo dentro de su proceso de aprendizaje y requieren recursos humanos, técnicos, materiales o tecnológicos para compensar dichas dificultades” (UNIR, 2023). Esta intervención definitivamente tiene una complejidad mayor, además de una inversión de energía emocional adicional. Con esta investigación se busca generar conciencia sobre la importancia de implementar estrategias de apoyo y crear entornos educativos que fomenten la salud mental de los docentes, promoviendo así un sistema educativo más equitativo y sostenible.



Planteamiento del problema

Parte de la población infantil está compuesta por niños con necesidades educativas especiales, estos niños requieren una especial atención que demanda profesionales altamente motivados y preparados para ellos. A pesar de la motivación y la preparación, todos los esfuerzos y recursos que se invierte en la educación de estos niños, existe un desgaste evidente en los docentes, fruto de la alta complejidad de la interacción y la metodología de trabajo necesaria para obtener los resultados esperados. Dentro de las consecuencias para los docentes, están aspectos físicos y también psicológicos entre ellos: desgaste mental, afectación emocional (impacto de factores estresantes). Esta situación, aunque es clara no ha sido estudiada a profundidad, la falta de estudios con datos más precisos sobre el desgaste generado por la interacción del proceso de enseñanza-aprendizaje con esta población, podría abrir la necesidad de plantear planes de prevención y promoción con estrategias viables para mejorar esta problemática.

Breve revisión de la literatura

Uno de los síndromes asociados al agotamiento en el ámbito laboral, es el llamado burnout, la definición clásica fue formulada por Maslach (1993), quien lo considera un síndrome psicológico, de agotamiento emocional, despersonalización y disminuida realización personal, que puede ocurrir en individuos normales. Otro dato importante es que el estrés en el ámbito laboral se lo considera como una reacción fisiológica, psicológica y de la conducta, que puede resultar en una falta de motivación y como consecuencia darse un rendimiento negativo en el trabajo, mostrando un mal desempeño que afecta el bienestar físico y psicológico del trabajador (Alvites, 2019). Existen además factores de riesgo que están asociados al estrés laboral, estos se llaman riesgos psicosociales. Los riesgos psicosociales están determinados por una interacción entre el ambiente familiar, el trabajo o área social y, la satisfacción laboral, el ambiente organizacional de



la institución, las competencias del trabajador y sus necesidades (Palacios M, 2020). Algunas patologías que pueden estar asociadas al impacto emocional de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales son: estrés, ansiedad, depresión, alteraciones del sueño y cansancio crónico; todas estas mencionadas contribuyen al deterioro de la calidad de vida del trabajador (Acosta et al., 2019). Existen además algunos síntomas psicósomáticos que se presentan con frecuencia en la práctica docente, los asociados a la ansiedad son más comunes en mujeres y las molestias gastrointestinales a los hombres y se han constituido como factores comunes de riesgo para esta profesión (Peralta, J, 2018). En relación a la ansiedad e insomnio, en un estudio realizado por Rodríguez (2018), en el que se estudiaba el grado de afectación del estrés en la salud de 160 docentes de una Universidad de Manabí, el 63% de su población admitió tener debilidad e intranquilidad por falta de sueño reparador. Lo que concluye que la carga de trabajo docente ocasiona alteraciones emocionales que se manifiestan en pensamientos persistentes que dificultan el descanso de los profesores (Rodríguez, Pinargote & Durán, 2018). Es importante tener en cuenta que, La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la salud mental como “un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad” (National Geographic, 2022). “La salud mental es un derecho humano fundamental y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico” (National Geographic, 2022). Entre las soluciones para sobrellevar el estrés y el agotamiento ocasionados por las demandas laborales, está la constante capacitación y la terapia de contención, como herramientas de apoyo fundamentales, ya que ejercer la docencia implica no solo tener competencias laborales, sino también un constante y asertivo manejo de las emociones (Abarca et al., 2023).



Es importante mencionar que no existe un método específico para medir el impacto emocional de los docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en preescolar.

2. JUSTIFICACIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA

Esta investigación es significativa ya que busca resolver una problemática cada vez más frecuente en el ámbito educativo, el estrés y agotamiento de los docentes, esta investigación se centra sobre todo en docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en preescolar, y conocer su estado emocional es esencial para promover un entorno educativo positivo, mejorar el bienestar físico y mental de los docentes para garantizar la calidad de la enseñanza y el aprendizaje.

Este tema es de gran importancia, ya que a través del conocimiento de las principales patologías asociadas a la enseñanza, se busca prevenir y mitigar el impacto emocional que surge de la docencia, y a partir de la incorporación de nuevas estrategias de autocuidado e inteligencia emocional, se pueda promover un entorno equilibrado, el cual influirá directamente en su capacidad para transmitir conocimiento a los niños. Un docente emocionalmente equilibrado está más preparado para gestionar el aula, resolver conflictos y fomentar un entorno de aprendizaje positivo para todos los niños. Es importante comprender que si no se hace una adecuada intervención o no se atienden a tiempo las necesidades emocionales de los docentes, se pueden generar algunas consecuencias negativas en el entorno escolar, desencadenando en síntomas de agotamiento y estrés, y como consecuencia se genere desmotivación y pérdida de compromiso, además de un deterioro en las relaciones interpersonales y menor rendimiento laboral.



3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el estado emocional de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar?

4. OBJETIVOS

Objetivo general

Estudiar el estado emocional de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar.

Objetivos específicos

- Identificar las características sociodemográficas y culturales de una muestra de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar.
- Analizar un conjunto de variables asociadas con la salud emocional de una muestra de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar.

5. MARCO TEÓRICO

Es necesario conocer algunos conceptos claves dentro de la investigación, con la finalidad de generar mayor entendimiento del tema y proporcionar una base teórica sobre aspectos relevantes.

Aproximación teórica y conceptual a la educación inicial

La educación en niveles iniciales de escolaridad en Ecuador se refiere a la etapa educativa que atiende a niños desde el nacimiento hasta los 5 años. Esta etapa es fundamental para el desarrollo integral de los niños y es parte importante del sistema educativo ecuatoriano. Estas son algunas características y aspectos clave de la educación inicial en Ecuador:

En Ecuador, de acuerdo con el marco legal, la educación inicial está respaldada por el artículo 29 de la Constitución de la República y la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI). Estas



leyes establecen la obligatoriedad de la educación inicial y promueven un enfoque intercultural y de equidad en la educación. La educación inicial en Ecuador promueve la interculturalidad, reconociendo y valorando la diversidad cultural y étnica del país, es decir que, se busca que los niños adquieran respeto y comprensión por las diferentes culturas presentes en Ecuador. La educación inicial en el Ecuador tiene algunos objetivos: busca promover el desarrollo integral de los niños, a través de actividades lúdicas y educativas que promueven aspectos cognitivos, físicos, emocionales y sociales, además se enfoca en el juego y la exploración como principales métodos de aprendizaje. La evaluación en la educación inicial se realiza de manera formativa y cualitativa, observando el progreso y el desarrollo de cada niño de manera individualizada. Se busca entender su evolución en diferentes áreas de desarrollo. La educación en educación inicial también se enfoca en el aprendizaje de la lengua materna y, en áreas de mayor diversidad étnica, se incluye la enseñanza de lenguas indígenas. En el Ecuador, existen diferentes tipos de centros de educación inicial, tanto públicos como privados. Estos centros pueden ser guarderías, jardines de infantes o unidades educativas. Uno de los principales ejes de la educación inicial es fomentar la participación de las familias en la educación de sus hijos, reconociendo que son los primeros educadores de los niños. Se promueve la colaboración entre padres, madres y docentes.

Niños con Necesidades Educativas Especiales

De acuerdo con lo establecido por el Ministerio de Educación en su texto “Diseño e implementación del nuevo modelo de educación inclusiva”. En la Constitución de la República expedida en el año 2008, se establece que la educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir, según el artículo 26. Además, en el artículo 27 de la misma



normativa se establece que la educación debe además de ser participativa, obligatoria, intercultural, democrática, diversa, de calidad y calidez, incluyente, es decir que todas las personas deben ser incluidas en el sistema educativo.

Según la Declaración Universal de los Derechos Humanos” en su artículo 26 reconoce que todos las personas tienen derecho a la educación. Desde ese momento se recorre un largo camino y se han hecho grandes esfuerzos para alcanzar ese objetivo. El Informe Warnock, elaborado por Mary Warnock para Inglaterra, Escocia y Gales, se publicó en 1978, tiene valor porque determina que la educación es un bien al que todos tienen derecho, que los fines son los mismos y que las necesidades educativas son comunes a todos los estudiantes. Hace énfasis en las necesidades educativas especiales que presenta un estudiante a lo largo de su escolarización y que requieren atención y recursos específicos distintos a los de sus compañeros. Estas dificultades se relacionan con las características personales y la capacidad de la escuela para dar respuesta a las demandas. El informe establece que la educación especial debe tener un carácter adicional y no paralelo, por lo que las instituciones de educación especial deben seguir existiendo para educar a estudiantes con graves y complejas discapacidades, aunque varias de ellas deben transformarse en centros de apoyo para las escuelas comunes y los padres. (Informe Warnock, elaborado por Mary Warnock para Inglaterra, Escocia y Gales, 1978). Al comenzar la década de los 90 se da inicio al reconocimiento de las personas con discapacidad como sujetos de derecho, coincidiendo con la publicación del proyecto de investigación realizado por la UNESCO respecto al nuevo enfoque de “atención a personas con discapacidad”, y acuñando el término “niño, niña con necesidades educativas especiales”, y se dieron los primeros pasos para la aplicación del modelo de integración educativa. En el enfoque de la integración, los estudiantes que se incorporan a las escuelas comunes se tienen que adaptar o asimilar a la oferta educativa disponible (currículo, valores,



normas, entre otros) independientemente de su origen social y cultural, sus capacidades, su lengua o situaciones de vida.

Docentes de educación inicial

En el Ecuador, los docentes de educación parvularia son profesionales encargados de la enseñanza y cuidado de niños en edad preescolar, generalmente de 3 a 5 años. Estos docentes deben tener una formación específica en educación parvularia o educación inicial. Los docentes de educación inicial en Ecuador deben contar con la formación adecuada y estar preparados para atender las necesidades específicas de los niños en esta etapa. Por esta razón, se promueve la formación continua y la actualización de conocimientos. Para convertirse en docente de educación parvularia en Ecuador, generalmente se requiere: Título de Educación Parvularia, además de que se debe obtener un título universitario en Educación Parvularia o una carrera afín, que incluya una formación pedagógica específica para el trabajo con niños pequeños. Los docentes parvularios deben estar registrados en el Ministerio de Educación.

Perfil de las docentes de educación inicial

Los docentes en Ecuador deben tener un título profesional en educación inicial o una carrera afín, para ejercer la docencia con niños en edades comprendidas entre 3 y 5 años. Este título debe ser otorgado por una institución de educación superior reconocida por el Ministerio de Educación y refrendada por el Senescyt. Los docentes deben tener experiencia y formación académica, además de experiencia previa en la enseñanza de educación inicial y la participación en programas de formación continua relacionados con la pedagogía e inclusión educativa. Otro aspecto básico son los conocimientos pedagógicos, los docentes de preescolar deben tener una sólida comprensión de la teoría y la práctica pedagógica en el ámbito de la educación inicial. Esto incluye el conocimiento de estrategias de enseñanza y evaluación adecuadas para niños en edad



preescolar. Deben contar con habilidades de planificación, siendo capaces de planificar y organizar actividades educativas apropiadas para niños de estas edades, teniendo en cuenta sus necesidades específicas e hitos del desarrollo, también deben tener conocimiento de las políticas educativas y los currículos vigentes en Ecuador, así como de las regulaciones específicas para la educación preescolar. Sin duda un eje transversal es la ética profesional, así se espera que los docentes de preescolar actúen con ética y profesionalismo en su trabajo, respetando los derechos y aplicando estrategias según las necesidades de los niños.

Los riesgos psicosociales de los docentes

Existen factores de riesgo psicosocial vinculados con el estrés laboral en la docencia, estos riesgos están determinados por la interacción entre el trabajo y el ambiente familiar y/o social, la satisfacción laboral, el ambiente organizacional de la empresa, las competencias del trabajador y sus necesidades (Palacios et al., 2020) que pueden ser la causa de la aparición de enfermedades o alteraciones psicológicas y/o fisiológicas, siendo una influencia negativa en la salud del trabajador y su rendimiento en la empresa (Caceres et al., 2015). Los docentes experimentan distintos tipos de riesgos psicosociales asociados a la profesión, por la misma naturaleza de su trabajo están expuestos a innumerables situaciones que a menudo generan estrés, ansiedad, frustración, preocupación y agotamiento emocional. Cuando un docente tiene a su cargo niños con necesidades educativas especiales, estos desafíos se tornan más demandantes y requieren una planificación más compleja de las actividades, los resultados de todo el grupo deben alinearse y se debe lograr una inclusión integral de todos los niños. Esto sin duda tiene una alta carga de presión hacia los docentes. Algunos factores de riesgo están asociados a la carga excesiva de trabajo, ya que tienen que realizar adaptaciones o ampliaciones a la planificación de los niños que lo requieran, los docentes también pueden sentir excesiva presión por parte de las autoridades y padres de



familia para cumplir con los objetivos planteados para los niños que necesitan adaptaciones curriculares, los docentes pueden experimentar dificultades en sus relaciones interpersonales con otros miembros de la comunidad educativa, esto puede deberse a la falta de herramientas de manejo emocional y la falta de estrategias de resolución de problemas. También pueden presentarse comportamientos disruptivos en el aula, generando estrés y ansiedad en los docentes.

Impacto de la educación en la salud mental

Una de las emociones más recurrentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje es la ansiedad, la cual está definida como una reacción ante amenazas vitales, con respuesta fisiológicas que ponen en marcha reacciones bioquímicas que preparan al organismo para una reacción de ataque, defensa o huida de la amenaza inminente. En la reacción de ansiedad, estos mismos mecanismos se ponen en marcha de modo desproporcionado, ante una amenaza que no es tal o que es mucho menos intensa o peligrosa. (Herrero, 2013, párr. 7). La frustración también es una emoción que se presenta a menudo en la docencia, esta es definida como "un sentimiento desagradable, en la que una persona deposita previamente todos sus esfuerzos físicos, psíquicos, actitudes, aptitudes y tiempo, con el fin de alcanzar un objetivo establecido." (Haykal, s.f.). Cuando se trata del trabajo docente, los esfuerzos que se depositan para realizar las distintas actividades propuestas son grande y muchas veces los niños con necesidades educativas especiales, no alcanzan estos objetivos al mismo ritmo que el resto de los niños, esta situación genera frustración y un sentido de incapacidad en los docentes. Otro elemento a tomar en cuenta es el síndrome de Burnout, este tiene que ver con una pérdida de las fuentes de energía del sujeto y se define como "una combinación de fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo" (Buendía y Ramos, 2001, pág. 122; Ramos, 1999). El agotamiento emocional es común en la profesión docente, este síndrome puede afectar negativamente la salud y el bienestar de los



docentes, así como su capacidad para desempeñar su trabajo de manera efectiva. De acuerdo con la OIT, el estrés laboral es la reacción que puede tener un trabajador ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar las situaciones de trabajo. En el caso de muchos docentes, no se encuentran preparados emocionalmente, ni capacitados pedagógicamente para enfrentar estas exigencias, y se producen consecuencias negativas en su rendimiento.

Factores protectores en la docencia

Los factores protectores en salud mental son recursos o condiciones que tienen las personas como mecanismo de defensa ante las situaciones donde enfrentan riesgo o vulnerabilidad emocional, favoreciendo el manejo de emociones, la regulación del estrés y dándoles herramientas para potencializar sus capacidades humanas (Amar, Llanos, & Acosta, 2003). Uno de los factores protectores está asociado al autoconcepto, para desarrollar esta dimensión se necesita cultivar el amor propio, la autoestima, la conciencia sobre las emociones propias, la gratitud y la valoración. El autoconcepto puede entenderse como la percepción que el individuo tiene de sí mismo, basado en sus experiencias con los demás y en las atribuciones de su propia conducta. Involucra componentes emocionales, sociales, físicos y académicos. Se trata de una configuración organizada de percepciones de sí mismo, admisible a la conciencia y al conocimiento. Es un esquema cognitivo muy complejo construido a través de experiencias previas con respecto al mundo que lo rodea. (García y Musitu, 1999). La autorregulación, requiere habilidades a la metacognición, la perseverancia, la expresión y regulación de las emociones. El individuo tiene percepciones y creencias sobre su propia autoeficacia, y estas percepciones y creencias afectan la forma como alcanza sus logros de aprendizaje autorregulado, influyen sobre la persona para que desee o evite alguna responsabilidad o tarea estudiantil. (Bandura, 1997). Otro factor es



la autonomía, para cultivar esta se necesita la iniciativa personal, la autoeficacia, búsqueda de soluciones ante problemáticas, liderazgo y toma de decisiones. La autonomía es un concepto de la filosofía y la psicología evolutiva que expresa la capacidad para darse normas a uno mismo sin influencia de presiones externas o internas. Se opone a la heteronomía. Autonomía se refiere a la regulación de la conducta por normas que surgen del propio individuo. La empatía se basa en el trato digno y compasivo hacia los otros, así como la sensibilidad hacia las personas que sufren exclusión o estigmatización. La empatía es la actitud que tiene una persona para reconocer las emociones en los demás, es decir, es la capacidad de comprender los sentimientos de los otros y poder leer sus mensajes no verbales (Goleman, 1995). Nos se pueden lograr objetivos sin Colaboración, este es el “proceso dinámico e interpersonal en el que dos o más individuos se comprometen a interactuar con autenticidad y constructiva- mente para resolver problemas, aprender los unos de los otros y lograr metas preestablecidas” (Hanson y Spross, 2005).

Inteligencia emocional para resolver conflictos

La inteligencia emocional la define Mayer y Salovey (1994: 25) como “una parte de la inteligencia social que concierne a la habilidad de comprender los sentimientos propios, conocer los ajenos y utilizarlos para guiar nuestros pensamientos y nuestros actos”. Por otra parte, Goleman (1996) indica que la inteligencia emocional es la capacidad de saber utilizar un sentimiento adecuado a cada problema que nos plantea la experiencia, siendo la inteligencia emocional la que nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las pasiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo, y adoptar una actitud empática y social que nos brindará más posibilidades de desarrollo personal.



Regulación emocional y capacidad de afrontamiento

Los profesores ejercen un papel significativo en el desarrollo de los niños, puesto que son un modelo de comportamiento e influyen en sus estudiantes. La capacidad de regulación emocional y las capacidades de afrontamiento de los docentes inciden en los niveles de bienestar y ajuste psicológico, en el desempeño académico y en la aparición de conductas disruptivas en sus alumnos (Extremera, Mérida-López, Sánchez-Álvarez et al., 2019). La regulación emocional le permite al maestro estar atento de sus emociones, discriminar entre los procesos emocionales propios y los de los demás, entender las causas de las emociones de los niños con quienes trabaja y aplicar acciones encaminadas a favorecer el desempeño académico de los educandos (Extremera, Mérida-López y Sánchez, 2019). La regulación emocional se conceptualiza como proceso (Gross, 1998a, 1998b; Gross et al., 2011) y como habilidad (Rey y Extremera, 2011; Weise y Sánchez-Busqués, 2013). Como procedimiento se define en los siguientes términos: “proceso que influye directamente en las emociones que tenemos, cuando las tenemos y la forma en que las experimentamos y expresamos” (Gross et al., 2011, p. 767). En este sentido, la regulación emocional es una capacidad para modular la respuesta fisiológica que se relaciona con la emoción e implica el uso de ciertas estrategias para dar una respuesta ajustada al contexto y a la organización de dichas estrategias para lograr metas a nivel social (Tompson, 1994). La regulación emocional como habilidad permite el ajuste del individuo al medio social. De esta forma, el individuo adecúa la emoción, el contexto y las conductas generadas por la emoción (Hewitt, 2016). Desde esta perspectiva de habilidad, la regulación emocional se logra cuando se alcanza un ajuste en dos dimensiones: interna y externa, vinculadas con la emoción misma y la moderación de las conductas iniciada por las emociones (Rey y Extremera, 2011; Weise y Sánchez-Busqués, 2013).



En referencia con las habilidades de afrontamiento, Lazarus y Folkman (1986) las definieron como la capacidad cognitiva y conductual del individuo para dar respuesta a situaciones adversas. Esta competencia es cambiante y permite afrontar las demandas internas o externas que sobrepasan los recursos del individuo. Las habilidades de afrontamiento se relacionan con los recursos psicológicos que el individuo pone en marcha frente a escenas de carácter estresante, aunque estos no garantizan el éxito, sí pueden llegar a disminuir los conflictos en el ser humano, puesto que lo dota de beneficios personales y al mismo tiempo garantiza su fortalecimiento (Macías et al., 2013). Es importante señalar que la educación emocional se debe instalar primeramente en la formación inicial de las y los docentes para que, posteriormente, estos puedan acompañar a sus estudiantes en este proceso durante todo el año escolar. Sin embargo, a modo general se pueden destacar los siguientes objetivos de este proceso: Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones, así también los docentes deben identificar las emociones de los demás. Un aspecto básico es que puedan denominar a las emociones correctamente y desarrollar la habilidad para regular las sus propias emociones, esto implica subir el umbral de tolerancia a la frustración. Otro aspecto relevante es prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas y poder desarrollar la habilidad para generar emociones positivas, así como desarrollar la habilidad de automotivarse, es fundamental adoptar una actitud positiva ante la vida. (Bisquerra et al., 2012, pp. 27-28)

Influencia de la personalidad en la docencia

Desde el ámbito de la psicología se han realizado diversos tipos de estudios relacionando el lenguaje verbal y no verbal con las variables personales como la inteligencia, el género, o los diferentes perfiles o rasgos de personalidad. La personalidad influye directamente en el quehacer diario, tanto a nivel personal como profesional y el estudio de los perfiles de personalidad



desde los diferentes ámbitos profesionales se ha centrado en maximizar las fortalezas de cada uno de ellos. Desde el ámbito educativo y lingüístico resulta interesante analizar las diferencias que se puedan dar a nivel comunicativo entre los diferentes perfiles de personalidad de los docentes. No con el objetivo de etiquetar o penalizar perfiles menos comunicativos, sino como punto de partida para establecer propuestas de líneas de optimización o de intervención sobre esas habilidades comunicativas y mejora de la efectividad docente.

La educación e inteligencia emocional

La educación emocional también es importante para los propios docentes. Les ayuda a comprender sus propias emociones, a manejar el estrés y a mejorar su bienestar emocional, lo que a su vez mejora su capacidad para enseñar de manera efectiva y mantener un ambiente positivo en el aula, también les ayuda a la prevención de problemas de comportamiento en sus clases. La educación emocional en docentes de preescolar es esencial para el bienestar emocional y el desarrollo integral de los niños en esta etapa. Por otro lado, es necesario hablar de la inteligencia emocional, la cual se definió como la habilidad para percibir, valorar y expresar adecuadamente una emoción. Su desarrollo implica el aprendizaje de ciertas competencias relacionadas con la habilidad para comprender el origen de la emoción y la regulación de la misma con el fin de generar un crecimiento intelectual y emocional (Mayer y Salovey, 1997, como se citó en Bisquerra, 2010). En este sentido la inteligencia no está ligada solamente al ámbito intelectual de una persona que domina varias áreas de conocimiento o que posee títulos académicos, se refiere a que una persona inteligente es aquella que tiene capacidad de entender o comprender, pero sobre todo es alguien con capacidad de resolver problemas, que sabe escoger asertivamente entre varias opciones (Malaisi, 2016). Es indispensable realizar planes de contención, capacitación y educación



emocional para docentes, las instituciones educativas deben crear planes de intervención enfocadas en los docentes para desarrollar sus capacidades de resiliencia, autocuidado y afrontamiento.

Influencia de la personalidad en la docencia

Desde el ámbito de la psicología se han realizado diversos tipos de estudios relacionando el lenguaje verbal y no verbal con las variables personales como la inteligencia, el género, o los diferentes perfiles o rasgos de personalidad. La personalidad influye directamente en el quehacer diario, tanto a nivel personal como profesional y el estudio de los perfiles de personalidad desde los diferentes ámbitos profesionales se ha centrado en maximizar las fortalezas de cada uno de ellos. Desde el ámbito educativo y lingüístico resulta interesante analizar las diferencias que se puedan dar a nivel comunicativo entre los diferentes perfiles de personalidad de los docentes. No con el objetivo de etiquetar o penalizar perfiles menos comunicativos, sino como punto de partida para establecer propuestas de líneas de optimización o de intervención sobre esas habilidades comunicativas y mejora de la efectividad docente.

Principales resultados y hallazgos de investigaciones anteriores que se vinculan con la pregunta y objetivos de investigación.

La educación inclusiva ha evolucionado significativamente a lo largo de la historia. Antes de la adopción generalizada de enfoques inclusivos, la educación solía ser segregada y excluyente, lo que significa que las personas con discapacidades, diferencias culturales o necesidades educativas especiales eran a menudo excluidas de la educación regular y se les brindaba una educación separada en instituciones especiales o no se les permitía acceder a la educación siquiera. Afortunadamente, esto ha cambiado en los últimos años, hoy en día la inclusión es una política en educación que muchos países deben poner en práctica. Según la Declaración Universal de los Derechos Humanos” en su artículo 26 reconoce que todos las personas tienen derecho a la



educación. Con el paso del tiempo, se ha podido evidenciar que no ha sido tan sencilla la aplicación de esta política, ya que es una realidad que se han ido presentando dificultades en la aplicación de la inclusión en las aulas de clase, estos problemas no han sido estudiados a fondo y mucho menos se han tomado medidas al respecto, sobre todo frente a la realidad que viven los docentes que tienen esta labor, y que no están ni emocional ni profesionalmente capacitados para manejar estas situaciones. En este contexto, Claudio Naranjo señala que esta crisis se evidencia tanto en la infelicidad de los y las docentes, como de los estudiantes; “en los docentes tal infelicidad se manifiesta en desmotivación, depresión y enfermedades físicas, en tanto que en los estudiantes se manifiesta en desinterés, rebeldía, trastornos de la atención y del aprendizaje, y violencia” (Naranjo, 2014, p. 14). Hoy en día, se puede ver cómo en las escuelas se encuentran niños y niñas con diversos diagnósticos que etiquetan dificultades en su comportamiento, el cual no se adecúa o no se logra enmarcar en las normas socialmente aceptadas. En este sentido es posible apreciar que los padres muchas veces intentan moldear a sus hijos de acuerdo a sus expectativas personales, dejando de lado el apoyo y contención emocional que las y los niños requieren en determinadas situaciones (Casassus, 2007). Es así que algunos padres de niños con necesidades educativas especiales en el afán de que sus hijos alcancen una “funcionalidad” basada en sus deseos y aspiraciones, ponen una responsabilidad muy grande en los colegios, sin tomar acciones a nivel externo que permitan trabajar en estrategias y herramientas diseñadas para cada niños, y en conjunto con las escuelas puedan aplicarlas para lograr alcanzar los objetivos académicos, sociales y conductuales propuestos.

Limitaciones y vacíos en los estudios previos que dan pie a la investigación actual.

Una de las principales limitaciones hablando de temas de inclusión es la falta de formación de los maestros en temas de inclusión. La preparación de los maestros de educación especial y la calidad



de su labor social han adquirido importancia en los últimos años, como clave para responder a las demandas de la educación en condiciones del desarrollo social contemporáneo. En relación a ello, Rahman & Ahmed (2019) opinan que la calidad de los maestros, es decir, su educación y capacitación en realidad ayuda a mejorar los servicios y modalidades de enseñanza que se les proporciona a los educandos, en especial a aquellos que presentan necesidades educativas especiales.

De esta manera, para lograr el desarrollo profesional de los maestros de educación especial y una educación inclusiva de calidad y excelencia, la formación docente se convierte en un proceso fundamental. El siglo XXI es caracterizado por los continuos cambios tecnológicos y sociales que demandan a los maestros de educación especial una constante actualización formativa para adaptarse a los actuales requerimientos sociolaborales (Caballero y Bolívar, 2015; Montes y Suárez, 2016). En este contexto, el proceso de enseñanza debe transitar al ritmo de las transformaciones sociales, pues es la formación y superación de los maestros que garantiza el futuro y desarrollo de los pueblos. En los procesos de formación de los maestros de educación especial la didáctica y la pedagogía son indispensables, dado que, brindan elementos para una adecuada construcción del perfil del profesorado. Es imprescindible abordar el conocimiento que estos deben adquirir, desde las competencias emocionales, el conocimiento del contenido y conocimiento didáctico del contenido (González y Malagón, 2015). Según Rahman & Ahmed (2019), la formación de maestros es un término con implicaciones teóricas y prácticas que además está mediado por las habilidades que posea el profesor, por lo cual el perfil no responde únicamente a la especialización en una materia. El profesor debe saber identificar y solucionar una serie de cuestiones cognitivas, actitudinales, valorativas y de destrezas.



6. MARCO METODOLÓGICO

Enfoque

El presente proyecto de investigación tiene un enfoque mixto, ya que el objetivo de este trabajo es estudiar el grado de afectación emocional de una muestra de 20 docentes de niños con necesidades educativas especiales en etapa preescolar, esto se realizará mediante la observación de datos cualitativos y cuantitativos.

Alcance

El alcance de este proyecto de investigación tiene un enfoque descriptivo, dado que pretende describir, no solo las características sociodemográficas y culturales de una muestra de estudio, sino también todas las características asociadas a su salud emocional.

Diseño del estudio

Para cumplir con los objetivos general y específicos, el diseño de investigación más recomendable es el no experimental de corte transversal, puesto que se tomará información de la muestra de estudio en un solo nivel.

Contexto

El contexto de investigación va a ser la ciudad de Quito, en particular el Valle de Cumbayá puesto que se elegirá una muestra de docentes de una unidad educativa ubicada en ese sector.

Participantes y muestreo

Para el desarrollo del proyecto se elegirá una muestra de 20 docentes mujeres, que forman parte del preescolar del Colegio Terranova de Quito. Para ello, se utilizará la técnica de muestreo por conveniencia dado que hay facilidades de acceso y de comunicación con este centro y de colaboración de las docentes que trabajan en él para desarrollar esta investigación, y al tratarse de un enfoque mixto no requiere un muestreo más exigente.



Criterio de inclusión

Quienes participarán en el estudio deberán presentar los siguientes criterios: 1) Ser docente del Colegio Terranova de Quito. 2) Tener experiencia mínimo de 3 años trabajando con niños con necesidades educativas especiales. 3) Firmar el consentimiento informado.

Instrumentos

En esta investigación se propone la aplicación de dos tipos de instrumentos de investigación, es decir, que en este caso se aplica un enfoque mixto, tanto instrumentos cualitativos como cuantitativos. Para los datos cuantitativos se utilizarán instrumentos como: la observación científica mediante la ficha Ad hoc sociodemográfica, la entrevista estructurada, el Test de Hamilton y la Escala de Inteligencia Emocional Autopercebida o Trait Meta-Mood Scale-24 - TMMS24.

Dentro de la investigación propuesta, se van a aplicar 4 instrumentos para recolectar los datos que son necesarios para cumplir con el objetivo propuesto. A continuación se detallan estos instrumentos:

Ficha sociodemográfica Ad Hoc

Esta herramienta se utilizará para registrar toda información relevante de las participantes en la ficha Ad Hoc. Esta se realiza por medio de la observación científica. Esta herramienta arrojará datos fundamentales para comprender la composición y las características de la población de esta investigación.



Entrevista psicológica estructurada

Esta herramienta es un elemento útil en la evaluación de diferentes trastornos, ya que la entrevista estructurada mantiene un grado de especificación y estandarización, entre ella se encuentra las preguntas, respuestas, el registro y la interpretación de la información.

La entrevista psicológica estructurada se utiliza en la aplicación de reactivos psicométricos y permiten recoger y analizar datos a través de una secuencia lógica, permite obtener información relevante a través de la aplicación de preguntas elaboradas en base a un orden y especificidad. Este instrumento es una técnica útil en el proceso de identificación y resolución del problema de investigación.

Escala de ansiedad de Hamilton (Hamilton M, 1960)

Esta herramienta consiste en evaluar mediante 14 ítems, de los cuales 13 ítems hacen alusión a signos y síntomas ansiosos y el último ítem está destinado a valorar el comportamiento del individuo durante la entrevista. El evaluado debe puntuar la intensidad en la que se le presentan los síntomas ansiosos basándose en una escala de tipo Likert de 5 valores categoriales basados en: ausente, leve, moderado, grave y muy grave. La escala de ansiedad de Hamilton posee una consistencia interna de 7 y un alfa de Cronbach de 0,79 a 0,86. Lo cual muestra que la escala es viable para ser utilizada como instrumento de evaluación en la investigación de la Ansiedad en trabajadores/as de los Centros Infantiles del Buen Vivir del cantón Ambato. La escala de ansiedad de Hamilton posee una validez de correlaciones de la HARS con la escala de ansiedad de Covi: 0,73- 0,75; y con el inventario de ansiedad de Beck (BAI) 0,56.



Trait Meta-Mood Scale-24 -TMMS24 (Salovey et al., 1995).

Esta herramienta sirve para medir la Inteligencia Emocional Autopercebida (IEA), diseñada por Salovey, Mayer, Golman, Turvey y Palfai en el año de 1995, esta escala permite obtener un índice que valora el conocimiento que cada persona posee acerca de sus propios estados emocionales, brindando una estimación personal sobre los aspectos reflexivos de la experiencia emocional (Extremera- Pacheco & Fernández-Berrocal, 2005). El TMMS, en su versión original que consta de 48 ítems, permite diferenciar tres dimensiones para la IEA: a) Atención Emocional, compuesta por 21 ítems (p.e. “Pienso en mi estado de ánimo constantemente”); b) Claridad Emocional con 15 ítems (p.e. “Frecuentemente me equivoco con mis sentimientos”); y c) Reparación Emocional, constituida por 12 ítems (p.e. “Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista”) (Salovey et al., 1995). Fernández y Berrocal hicieron una adaptación al español del TMMS-48, encontrando propiedades psicométricas muy similares a las de la escala original. Años más tarde, Fernández-Berrocal, Extremera-Pacheco y Ramos (2004) desarrollaron una versión reducida y adaptada al español de esta escala americana, denominándola Trait Meta-Mood Scale-24 -TMMS24-. Esta versión mantiene las tres dimensiones originales de la escala, pero reduce los ítems a la mitad, conservando aquellos que maximizan la consistencia interna. De esta manera, la escala final de esta versión española está compuesta por 24 ítems, con ocho ítems por dimensión. Al presentar propiedades psicométricas adecuadas, se recomienda la utilización en castellano de esta versión reducida (Extremera-Pacheco & Fernández-Berrocal, 2005).

Procedimiento

Dentro del proceso de evaluación, el primer fue obtener la aprobación por el comité de ética, luego se realizó la solicitud a las autoridades del colegio para la respectiva autorización por escrito, para



que las docentes puedan ser evaluadas en espacios de tiempo libre en su jornada laboral, esta solicitud fue aprobada. Luego se socializó con las docentes los posibles beneficios de ser parte de este estudio, todas aceptaron ser evaluadas, esto se formalizó por medio de un consentimiento informado. Luego se procedió a hacer una recopilación y análisis de toda la información de manera bibliográfica. El siguiente paso fue seleccionar los instrumentos a ser aplicados.

Después de tener toda la información documentada, se tabularon e interpretaron los datos a través del Sistema de Análisis Estadístico SPSS versión 20, el cual es utilizado para realizar la captura y análisis de datos para crear tablas y gráficas con data compleja.

Análisis de datos

Los datos cuantitativos serán analizados en base a varios estadísticos descriptivos estandarizados. Para el análisis de los tests y escalas se utilizará el estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). La probabilidad de predicción de las variable sociodemográficas y laborales sobre problemas de salud mental como Depresión, Ansiedad, y Estrés fue analizada mediante regresiones logísticas multivariantes dicotómicas. Un modelo logístico permite calcular la probabilidad de que tenga lugar un suceso, evento o resultado, como sería en este la presencia de alguna de estas patologías mentales, frente a que no se dé, en presencia de uno o más variables sociodemográficas o laborales.

Para el análisis cualitativo se realizará un grupo focal, planificado para hacerlo en una sola sesión, estará dividido en 2 grupos, 10 participantes en cada uno, esto se realizará con la finalidad de recoger información a través de lo que se pueda extraer de la opinión de las participantes.

Mediante preguntas abiertas se realizará un debate donde se expondrá 5 ejes que serán discutidos:

1) Su experiencia sobre el trabajo con niños con necesidades educativas especiales 2) Necesidad



de recibir capacitación sobre temas de inclusión 3) Afectación emocional 4) Manejo de herramientas de inteligencia emocional 5) Reglamento sobre adaptaciones curriculares.

Planificación de actividades por cada objetivo específico:

El proyecto tendrá una duración de 6 meses, cuyas actividades se desglosan a continuación..

Tabla 1

Descripción de actividades por mes

Objetivo específico	Actividades por objetivo	Inicio	Fin
0.1. Identificar las características sociodemográficas y culturales de una muestra de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar.	A.1.1. Establecer instrumentos de recolección de información.	MO	M+1
	A.1.2 Aplicación de la ficha socio demográfica Ad Hoc.	MO	M+1
	A.1.3 Tabulación de los resultados.	MO+1	M+2
0.2. Analizar un conjunto de variables asociadas con la salud emocional de una muestra de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar.	A.2.1 Establecer instrumentos para medir inteligencia emocional y niveles de ansiedad.	M+2	M+3
	A.2.2 Aplicación y evaluación de resultados de la Escala de Ansiedad de Hamilton.	M+2	M+3
	A.2.3 Observación en el aula de clases utilizando el registro continuo.	MO	M+1
	A.2.4 Aplicación de test Trait Meta-Mood Scale-24 -TMMS24.	M+3	M+4



A.2.5 Tabulación de los resultados. M+3 M+4

A.2.6 Análisis e interpretación de los resultados de la escala. M+5 M+6

Nota: O=Objetivo; A=Actividad; M=Mes

Reflexividad de los/las investigadores/as:

Posicionamiento del investigador

“La postura paradigmática que asuma un investigador es lo que le va a permitir, establecer bases ontológicas, epistemológicas y metodológicas claras, para realizar un proceso de investigación, a su vez, le va a ayudar a definir su relación con el fenómeno o realidad objeto de investigación” (Rojas, 2014:78). Realizar esta investigación supuso muchos retos, el hecho mismo de haber sido docente de educación preescolar por varios años, me permitió tener una visión más empática con las docentes que fueron parte de este trabajo de investigación. Por otra parte, contextualizar y conceptualizar toda la información me permitió incorporar una nueva percepción de la verdadera inclusión en el aula, de la realidad que viven muchos niños al no tener la oportunidad de recibir una educación adaptada a sus necesidades, sin duda, esto me llevó a enfocarme en el objetivo de esta investigación, el cual es determinar el grado de afectación emocional de las docentes de estos niños, no solo con la finalidad de aseverar algo que parece ser obvio, aunque no lo es, sino más bien para visibilizar una realidad que necesita ser abordada de manera adecuada, para tomar decisiones en cuanto a la prevención, intervención y apoyo, tanto a las docentes como a los niños y sus familias. Se trata de que los niños y niñas que tienen necesidades educativas especiales reciban una educación digna, empática y respetuosa, pero también que los docentes que tiene a cargo esta misión, cuenten con las herramientas



metodológicas, pedagógicas y sobre todo cuenten con las habilidades para gestionar sus emociones, a través de herramientas como la educación emocional y la inteligencia emocional, puedan hacer frente al acompañamiento de niños que necesitan una mirada afectiva, empática y oportuna en un contexto con complejidades, el objetivo no solo es mostrar una realidad, sino marcar una necesidad, muchas docentes dentro de la investigación necesitan ser escuchadas, valoradas y acompañadas en este proceso que año a año se repite. Por ello se vuelve una necesidad cada vez más urgente intervenir con planes de acompañamiento, grupos de estudio, abrir espacios de reflexión y socialización de las emociones, es decir que las autoridades de los colegios intervengan para apoyar a los docentes, y así el impacto de la educación será positivo de parte y parte, sin dejar de lado su salud mental y el bienestar psicológico.

En el desarrollo de la investigación, una premisa fue tratar de que este trabajo sea lo más objetivo posible, ya que como psicóloga del preescolar del Colegio Terranova, acompañé a niños, niñas y docentes en procesos de detección, intervención y adaptación frente a temas de necesidades educativas especiales, y esto me permite ver la realidad desde una perspectiva más integral, entendiendo que la inclusión educativa no es un problema como tal, sino una oportunidad de crecimiento a nivel profesional y humano, tener el reto de guiar y acompañar niños con estas necesidades, promueve el aprendizaje de nuevas metodologías, impulsa a mejorar procesos, el eje principal para lograr los objetivos es el trabajo en equipo, triangulando esfuerzos entre padres, colegio y especialistas. Cuando las docentes se sienten apoyadas por el colegio y los padres, y además existe un adecuado seguimiento de los casos, es más fácil trabajar con todos los niños en sus necesidades particulares, así se reduce la carga emocional se reduce considerablemente y el trabajo fluye de mejor manera.



Estrategias para promover la reflexividad

Con el proyecto se aplicarán distintas estrategias para promover la reflexividad, una de ellas es la autoconciencia, con esta se logra un mejor conocimiento de los propios valores y creencias, permite tener claras nuestras limitaciones en cuanto a la ética, nos aleja de la subjetividad, y permite que ese conocimiento sea un aporte imparcial y objetivo. Otra estrategia es la colaboración interdisciplinaria, apoyarse en el criterio, experiencias y conocimientos de otros profesionales de diferentes disciplinas puede ser muy enriquecedor, así se pueden obtener diferentes perspectivas y enfoques, sin caer en el reduccionismo. La interdisciplinariedad permite cuestionarse sobre suposiciones y sesgos inherentes a una sola disciplina. Es muy valiosa la aplicación de la reflexión sobre la metodología, esto nos permite hacer un análisis sobre las decisiones metodológicas que se van tomando en el proceso de la investigación, pueden influir en los resultados, es necesario ir evaluando si esas decisiones se alinean con el objetivo de la investigación. Finalmente una estrategia muy enriquecedora es consultar con pares y expertos, para así enriquecerse con la retroalimentación de colegas y expertos en este campo puede ayudar a identificar sesgos y puntos ciegos que no hemos identificado en la investigación.

Consideraciones Éticas

La presente investigación se realizó con la autorización de las autoridades del colegio, así como también se informó a las docentes sobre el derecho de decidir participar o no en la investigación, sin embargo, existió mucha apertura por parte de todo el grupo, para ello se utilizó el documento de consentimiento informado, con la finalidad de registrar la evidencia de la aceptación de las docentes para ser parte de la investigación. Todo el tiempo la comunicación fue muy transparente y oportuna, de tal manera que las docentes tuvieron pleno conocimiento de que



podrían ser observadas en varias ocasiones, en diferentes espacios, además de que serían evaluadas con algunas herramientas, como las relacionadas a la entrevista psicológica y las baterías psicométricas. Se socializó el objetivo de la investigación con todo el equipo, y se les informó que la idea sería buscar las mejores estrategias para disminuir el impacto emocional al trabajar con niños con necesidades educativas especiales, buscando desarrollar planes de prevención y promoción de la salud mental y emocional dirigido hacia ellas mismas. Fue muy importante comentarles que toda la información recaba era confidencial, y se utilizaría solamente con fines de investigación, se habló también de no tener miedo a expresar sus emociones abiertamente. En esta investigación los riesgos para las participantes son leves, ya que el objetivo justamente es buscar acciones por parte del colegio para apoyarlas, las autoridades están interesadas en buscar las mejores prácticas para fomentar la salud mental y el bienestar psicológica de las docentes.

Viabilidad.

En base al análisis de varios factores, se determina que es factible la realización de este proyecto de investigación, a continuación se detallan algunas acciones realizadas con el fin de contar con todo lo necesario para desarrollar con éxito esta investigación: Los objetivos del proyecto son simples pero precisos, son claros y aplicables, por que no requieren de mucha inversión, además de que lo que se busca lograr con la aplicación del mismo es beneficioso para toda la comunidad educativa, y el propósito está encaminado al desarrollo humano, teniendo más ventajas que desventajas.

El riesgo de fracaso es leve a moderado, ya que las personas que forman parte de la investigación, está conscientes de que necesitan realizar este paso del proceso para obtener resultados concretos que se puedan poner en práctica más adelante, por ello hay apertura para



colaborar en el mismo. El colegio cuenta con todos los recursos técnicos para llevar a cabo el proyecto, ya que al ser un colegio donde el nivel socio económico de los estudiantes es medio alto, existen tanto las condiciones físicas como la logística para realizarlo. Algunos de los talleres y charlas se dictarán en el auditorio del colegio, los van a realizar las psicólogas que forman parte de la institución, por ello no tendrán costo. Sin embargo, el colegio tiene un presupuesto anual establecido para capacitación docente, se usará ese presupuesto para realizar algunas actividades propias del plan de intervención y el abordaje con profesionales externos.

El mayor beneficio que genera el proyecto, se basa en un impacto emocional y en el desarrollo humano, sin embargo también tiene un beneficio económico, ya que el colegio tiene una política muy exigente de retención de estudiantes, es decir que invierte muchos recursos cada año para conservar a los estudiantes, buscando el alcance de las metas anuales en cuanto a número de niños, por ello, como complemento a la oferta educativa en cuanto infraestructura, metodología, etc, el hecho de tener docentes capacitadas, emocionalmente estables, que sepan actuar con inteligencia emocional, va a dar como resultado el desarrollo integral de los niños y la satisfacción de los clientes externos que en este caso son los padres de familia. Como parte del proceso de aplicación de los instrumentos, se necesitan algunos elementos de papelería para la impresión de los cuestionarios y tests, el colegio ha acordado asumir ese rubro.

7. RESULTADOS ESPERADOS

Lo que se espera encontrar, es un personal con una media de 35 años, entre 3 y 10 años de experiencia, personas que no están tan motivadas como en un inicio, que se ha dado cuenta que el sistema educativo no respalda el trabajo de docentes que tienen a su cargo niños con necesidades educativas especiales en edad preescolar. Además, se espera encontrar personas



que se sientan afectadas por la carga laboral que tienen y manifiesten no contar con suficientes herramientas para afrontar algunas situaciones relacionadas a su actividad docente.

Característica Sociodemográfica y Cultural

Con esta medida vamos a identificar la característica sociodemográfica de la muestra de los participantes de la investigación, el primer análisis son los resultados individuales del grupo de docentes del colegio Terranova, las mismas que están conformadas por: sexo, estado civil, organización familiar, situación económica familiar y edad. Las variables cualitativas se presentan con a la cantidad (c) y la representación porcentual (%).

Análisis de la Medición de Ansiedad

Luego de la aplicación de la escala de ansiedad de Hamilton (1959) no entregará resultados a través de la utilización del Alfa de Crobach (alfa), con el que se busca considerar la fiabilidad de dicha herramienta a partir del número de ítems que conforma la escala.

8. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"Cuidando a Quienes Nos Cuidan". Plan para Fomentar el Equilibrio Emocional en Docentes que tienen a su cargo niños con necesidades educativas especiales en la sección preescolar del Colegio Terranova de Quito.

8.1 Nivel de intervención

Esta propuesta se centra en la promoción del equilibrio emocional de docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en la primera infancia, esto se refiere a fomentar y mantener un estado de bienestar psicológico a través de herramientas de promoción de la salud



física y mental, lo cual implica cultivar la inteligencia emocional y desarrollar habilidades para gestionar las emociones de manera saludable, lo que contribuye a un bienestar psicológico integral de los docentes y así prevenir el síndrome del agotamiento laboral.

8.2 Fundamentación

Hacer un plan para promover el equilibrio emocional de los docentes que trabajan con niños con necesidades educativas especiales, es dar respuesta a una necesidad evidente de ansiedad y agotamiento dotar de herramientas de afrontamiento tanto psicológicas como emocionales a los docentes, para que puedan desempeñar su labor con mejor predisposición y menor afectación en su salud física y mental, y como consecuencia mejoren también los procesos de enseñanza-aprendizaje, a partir de esto se crean entornos educativos más saludables, que impacten positivamente en la calidad de la educación que se brinda a niños en el ámbito escolar. “La mejora en la calidad de la educación depende más de la calidad de las personas que se desempeñan como docentes que de los planes y programas de estudio”. (Schmelkes, 1995, p.80).

Por ello, promover el equilibrio emocional en docentes de preescolar, es fundamental para su bienestar personal, pero también para potenciar su capacidad para brindar un entorno seguro y estimulante a los niños, esto sin duda beneficia a los docentes, motivando su capacidad para desempeñar eficazmente su papel en la educación, por ende hay mayor apertura al aprendizaje de nuevas estrategias para enfrentar los retos de una educación inclusiva, tomando en cuenta que trabajar con niños pequeños en edades comprendidas entre los 3 y 5 años, con necesidades educativas especiales puede requerir un desafío personal mayor, lo que lleva a una inversión emocional más profunda por parte de los docentes. Tomando en cuenta que esta es una realidad de que lejos de disminuir, cada vez va en aumento y es necesario afrontar este reto en las mejores



condiciones, además es importante entender que la inclusión no solo es una necesidad sino un derecho. La Ley Orgánica de Educación Intercultural en su artículo 47, expresa que “el Estado garantizará la inclusión e integración de las personas con discapacidad, eliminando las barreras de su aprendizaje”.

Con la aplicación de este plan se busca que los docentes puedan desarrollar habilidades emocionales que les permita desempeñarse de mejor manera y matener un equilibrio emocional dentro y fuera del espacio escolar, se persigue que a través de la implementación de herramientas de inteligencia emocional los docentes puedan gestionar mejor sus emociones, y tener mejores resultados en cuanto a resolución de conflictos, puedan tener un mejor manejo de la comunicación asertiva, logren un trabajo en equipo, además de que puedan identificar nuevas estrategias de autoconocimiento y regulación emocional, la cual permite al maestro estar atento de sus emociones, discriminar entre los procesos emocionales propios y los de los demás, entendiendo las causas de las emociones de los niños con quienes trabajan y poder aplicar acciones encaminadas a favorecer el desempeño académico de los niños a su cargo. (Extremera, Mérida-López y Sánchez, 2019). En el proceso se propone la práctica de herramientas de gestión del estrés, por medio de técnicas para manejar la ansiedad en situaciones estresantes, con el fin de disminuir la probabilidad de sufrir agotamiento físico y mental que se prolongue en el tiempo. El síndrome de Burnout tiene que ver con una pérdida de las fuentes de energía del sujeto y lo define como “una combinación de fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo” (Buendía y Ramos, 2001, pág. 122; Ramos, 1999).



8.3 Descripción de la propuesta

El desarrollo de esta propuesta toma como referencia la metodología del Ciclo de Deming, que es un método de mejora continua en el que se basan muchas otras herramientas para la optimización de los diferentes recursos humanos, económicos y materiales de una empresa o institución. (Deming, 1986 y 1989). Esta metodología hace uso de diversas técnicas de apoyo para generar inicialmente un diagnóstico de la situación actual y a partir de ahí determinar los aspectos o factores críticos para el diseño de una propuesta de mejora (Reyes, 2015). Este ciclo describe 4 pasos esenciales que son: planificación, ejecución, revisión o evaluación y acción frente a nuevas necesidades, estos pasos se deben llevar de forma sistemática para lograr una mejora continua, un aumento de la eficacia y eficiencia, resolución de problemas, previsión y eliminación de potenciales riesgos.

Esta propuesta está diseñada para abordar de manera integral aspectos que influyen en el equilibrio emocional de docentes que laboran en el Colegio Terranova de Quito, quienes trabajan con niños con necesidades educativas especiales en nivel preescolar. En la etapa de planificación, se diseñará una campaña para promover la salud emocional en los docentes para incorporar herramientas de inteligencia emocional, manejo del estrés y afrontamiento de problemas. En la fase de ejecución, se socializará los objetivos de la campaña con toda la comunidad de docentes, y se iniciarán las actividades planificadas para capacitar y dotar de herramientas encaminadas al equilibrio emocional de los mismos, esta fase es la más larga ya que aquí se pone en práctica todas las actividades del plan. En un punto determinado de la fase de ejecución, será necesario realizar un revisión de los avances y cambios que se han logrado a partir de la aplicación de la propuesta, así como también será necesario ver la necesidad de incorporar nuevas herramientas o modificar algunos pasos.



8.4 Objetivos de la Intervención

El objetivo de esta intervención es impulsar el equilibrio emocional de docentes de preescolar que trabajan con niños con necesidades educativas especiales en el Colegio Terranova de Quito. A través de varias estrategias se busca fomentar la autoconciencia emocional, para ayudar a las docentes a reconocer y comprender sus propias emociones, y que a través de esto puedan ir desarrollando estrategias de autorregulación e inteligencia emocional, para gestionar de manera más adaptativa el estrés, la ansiedad y otras emociones negativas de manera efectiva. Otro de los objetivos es fomentar espacios de socialización entre colegas y formar redes de apoyo para compartir experiencias, vivencias y consejos, que pueden fortalecer la idea de que no están solos en este proceso.

Una de las mayores necesidades a nivel institucional, es el desarrollo de la empatía y la comunicación asertiva, para que las docentes puedan comprender y responder mejor a sus propias necesidades y emociones, así como la de los niños que están a su cargo. Este plan se centra también en promover la resiliencia, para ayudar a las docentes a superar desafíos emocionales y profesionales de manera positiva. Otro factor importante es la capacitación constante en temas relacionados desarrollo infantil, trastornos de la infancia, necesidades educativas especiales e inclusión en el aula.

8.5 Población objetivo

La población en la cual se centra este plan, es un grupo de docentes de género femenino que laboran en el Colegio Terranova de Quito y trabajan directamente con niños en edad preescolar que tienen necesidades educativas especiales.



8.6 Actividades de intervención

Después de identificar las necesidades más urgentes que tienen las docentes, se han creado varias estrategias de intervención, las mismas que serán diseñadas para cumplir con los objetivos planteados y a la vez abrirán la posibilidad de mejorar las condiciones emocionales de dichas docentes. La organización de las actividades de este plan estará a cargo del Departamento de Recursos Humanos de la institución en conjunto con las autoridades y el DECE.

Actividades

Planificación y desarrollo de la campaña "Cuidando a Quienes Nos Cuidan", a través de varias acciones planificadas se busca promover la salud emocional de los docentes.

Como parte de la campaña, se han generado actividades como la creación de espacios de aprendizaje para exponer temas relacionados a la educación emocional, se planificará la organización de talleres de autoconciencia, educación emocional e inteligencia emocional, donde se busca la reflexión personal identificando fortalezas y debilidades de su trabajo con los niños.

Estos talleres incluirán ejercicios de mindfulness, diarios de emociones, discusiones grupales y debates, esto con la finalidad de ayudar a los docentes a identificar, comprender y validar sus propias emociones. Otra estrategia será la implementación de técnicas de autorregulación, donde se enseñarán algunas técnicas como: la respiración consciente, la meditación y el ejercicio físico, que los docentes puedan utilizar para relajarse en momentos de estrés, para lograr este fin incluso se creó un espacio físico, para que las docentes puedan tener un lugar apropiado para realizar estas actividades. Una de las estrategias que promete mayor aceptación es la creación de grupos de apoyo y supervisión, ya que a través de compartir sus experiencias, desafíos, éxitos, luchas internas y opiniones, se pueda generar un lugar seguro, donde se pueda hablar libremente sobre estos temas y así a través de la escucha y la empatía, puedan brindarse apoyo emocional mutuo.



Se realizarán capacitaciones con expertos en temas relacionados a los trastornos de la infancia e inclusión, donde se impartirán estrategias para el manejo de distintos trastornos o necesidades específicas en el aula.

El Departamento del DECE de la institución, estará a cargo del Programa de Cuidado de la Salud Mental, para lo cual proporcionará recursos y acceso a servicios de salud mental, como asesoramiento, contención emocional, y guía para buscar apoyo externo para los docentes que lo necesiten.

Tabla 2

Actividades del plan de intervención

ítem	Actividad	Responsable	Entregable	MESES						
				1	2	3	4	5	6	
1	Planificación de la campaña "Cuidando a Quienes Nos Cuidan"	DECE+Directora	Plan de campaña	■						
2	Creación de espacios de aprendizaje	DECE+Directora	Aulas físicas	■			■			■
3	Creación de grupos de apoyo	DECE	Grupo de apoyo		■	■	■	■		
4	Propuesta de Temas para Talleres	DECE	Listado de Temas		■		■			
5	Búsqueda de especialistas en Temas Talleres	Recursos Humanos	Listado profesionales			■		■		
6	Preparación materiales para Talleres	DECE	Folletos			■		■		
7	Evaluación de Taller	Recursos Humanos	Evaluación			■		■		
8	Creación de manual de técnicas de autoregularización	DECE	Manual		■					
9	Aprobación del manual	Directora	Visto bueno			■				
10	Publicación del manual	Recursos Humanos	Publicación página web				■			
11	Capacitación sobre transtornos de la infancia e inclusión	DECE	Tema aprobado		■					■
12	Ejecución de la capacitación	Recursos Humanos	Capacitación		■					■
13	Evaluación de la capacitación	DECE	Evaluación			■				■
14	Evaluación de la intervención	Rectora	Evaluación	■	■	■	■	■	■	■
15	Seguimiento y control	DECE	Indicadores	■	■	■	■	■	■	■



8.7 Recursos necesarios para implementar la intervención

Para la implementación de este plan será necesaria la aprobación y el apoyo de las autoridades del colegio. Para la ejecución del mismo se requieren recursos humanos, logísticos, tecnológicos y económicos.

La duración de este plan será de un año escolar, donde trimestralmente se realizará una evaluación y seguimientos de resultados. Para los talleres de autoconciencia emocional, y la capacitación en temas de inclusión, el Departamento de Recursos Humanos designará un presupuesto anual de \$600 dólares para el pago de los profesionales externos que realicen al menos 2 talleres y 2 charlas enfocadas en los temas de interés. Adicionalmente como parte de los recursos humanos, un grupo de soporte conformado por la Directora de preescolar, la coordinadora académica, la secretaria y la psicóloga del DECE, serán quienes apoyen los procesos organizados por el área de RRHH, el DECE realizará el seguimiento de los grupos de apoyo, aplicará las entrevistas iniciales y la evaluación del proceso, la docente de Educación Física quien posee conocimientos en algunas áreas mencionadas, apoyará con diferentes rutinas de gimnasia pasiva, aeróbicos, yoga, meditación y respiración profunda. Todo esto se realizará en las instalaciones del colegio, por lo cual el espacio físico no representa ningún gasto.

8.8 Plan de evaluación de la intervención

Existen algunos indicadores que permiten determinar si el plan está teniendo éxito en base al objetivo principal, este paso consiste en evaluar el impacto de la intervención en la promoción del equilibrio emocional de las docentes de preescolar del Colegio Terranova de Quito, quienes trabajan con niños con necesidades educativas especiales.



Durante el proceso de desarrollo de este plan, se ha podido identificar una reducción del estrés y agotamiento en las docentes, se ha observado la aplicación de las herramientas aprendidas al finalizar la jornada con los niños, espacios donde se están realizando actividades grupales y se están poniendo en práctica las técnicas de autorregulación e inteligencia emocional recibidas en los talleres, además de que se ha registrado mayor participación en actividades de bienestar y desarrollo emocional organizadas por los grupos de apoyo y supervisión designados al inicio del plan, también se observa un aumento en los índices de satisfacción laboral, esto se evidencia por el informe de Dirección donde a través de visitas aulicas, se ha observado una mejora de la calidad de los procesos de enseñanza-aprendizaje y también por la adecuada interacción con estudiantes, padres y compañeros, otro aspecto a tomar en cuenta es que existe una disminución en la incidencia de conflictos y tensiones en el entorno laboral, ya que las relaciones interpersonales se han afianzado gracias a la participación de las docentes en los grupos de apoyo. También el Departamento de Recursos Humanos, ha reportado que varios docentes han iniciado apoyo psicológico externo, con el fin de obtener más herramientas para su desarrollo y salud emocional. Dentro del proceso de revisión o evaluación, ha sido necesario la aplicación de algunas estrategias como la aplicación de encuestas a los docentes, tanto al inicio como al final del plan, con esto se ha podido obtener datos sobre su nivel de estrés, el grado de satisfacción laboral y la predisposición en la participación en actividades de bienestar y desarrollo emocional. A través de entrevistas individuales con docentes seleccionadas al azar, se obtuvo información cualitativa sobre su experiencia y percepción de los cambios en su bienestar emocional, otro indicador del éxito en la aplicación de este plan es la observación del desempeño de las docentes en el aula, con la capacitación asociada a temas de inclusión, las docentes lograron incorporar nuevos conocimientos en su formación, obtuvieron nuevas estrategias para abordar las necesidades educativas desde una



perspectiva más profesional, además son evidentes los cambios en la actitud de las docentes, lo cual ha incrementado la calidad de la enseñanza y la interacción docente-estudiante antes y después de la intervención, esto se observa de manera concreta en los registros académicos, donde se evidencia una mejora en los resultados de los estudiantes después de la intervención. Cada fin de mes se organizaron grupos de trabajo con las docentes participantes de este plan, para discutir sus experiencias y percepciones sobre el programa de promoción del equilibrio emocional, un aspecto revelador es que los indicadores cuantitativos muestran un incremento en el número de participantes en actividades de bienestar emocional, según el área de RRHH, el número de faltas por situaciones asociadas a salud en general ha disminuido, así como el número de conflictos entre compañeras y autoridades, otro aspecto importante es que la rotación de docentes ha disminuido posterior a la aplicación del plan. Durante el proceso ha sido necesario hacer algunos cambios y modificaciones con el fin de seguir adaptando las estrategias de manera más efectiva.

8.9 Viabilidad

Para la ejecución de este es fundamental el apoyo de la autoridades, quienes han visto la necesidad de abrir estos espacios de intervención y aprendizaje, ya que se ha identificado un alto porcentaje de docentes que sufren síntomas de ansiedad y agotamiento y esto se ve reflejado en su desempeño laboral. Otro factor importante es que el colegio cuenta con los recursos económicos para financiar la campaña con todas las actividades planteadas, además existen los recursos físicos y tecnológicos necesarios, ya que el campus del colegio tiene espacios adecuados para realizar las mismas. Un aspecto que favorece en cuanto a las capacitaciones y talleres, es que el colegio cuenta con convenios con algunos profesionales externos quienes son expertos en varias áreas de interés para el plan y ya antes han sido parte de talleres y actividades del colegio.



Un obstáculo que surge en la planificación de las actividades es el tiempo reducido con que cuentan las docentes para participar de las mismas, por esta razón se designará un día de la semana para poder cumplir con el cronograma mensual. Un aspecto que también puede influir en el éxito o no del plan, es la falta de compromiso y la actitud negativa de un grupo reducido de docentes que se ha identificado. Para lo cual es necesario que la Directora de la sección, junto con el Departamento de Recursos Humanos, trabajen en la motivación y empoderamiento con este grupo pequeño de docentes y así puedan comprender los beneficios de participar en este plan, y se realicen acuerdos y compromisos por escrito para una participación activa y positiva en la campaña, ya que esta participación tendrá implicaciones en su evaluación de desempeño.

9. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La inclusión educativa puede representar grandes desafíos a los docentes, y la capacitación continua les proporciona las herramientas y estrategias necesarias para abordar estos retos de manera efectiva, reduciendo el estrés y el agotamiento profesional. La inclusión no solo beneficia a los estudiantes con necesidades educativas especiales, sino que también puede enriquecer la experiencia educativa de todos los estudiantes, así como la de los docentes, estar capacitados en inclusión puede permitirles adaptar sus métodos de enseñanza para satisfacer las necesidades individuales de los estudiantes, lo que puede mejorar la calidad de la educación en general. Según datos del Ministerio de Educación, el 78% de niños, niñas y jóvenes con discapacidad en edad escolar están insertos en el sistema educativo nacional, esta cifra representa una realidad para ser tomada en cuenta, ya que este número seguirá en incremento en los próximos años, por esta razón es fundamental seguir apoyando a los docentes para desarrollar habilidades emocionales, y a través



de la inteligencia emocional logren la capacidad para reconocer, comprender y gestionar sus propias emociones de manera efectiva.

9.1 Discusión de las implicaciones de los resultados esperados para la investigación y la práctica clínica

Esta investigación resulta de gran utilidad ya que es un punto de partida para visibilizar la implicación emocional que sufren los docentes de diferentes niveles educativos, quienes tienen a su cargo poblaciones infantiles con necesidades educativas especiales. En este proyecto se describe una parte de la problemática en salud mental que atraviesan muchos docentes, sin embargo, es necesario ampliar el conocimiento que se tiene sobre esta realidad, para conocer qué factores predisponen o mantienen estos mecanismos de afrontamiento frente al estrés y la ansiedad que surgen de la práctica docente, con la finalidad de poder implementar todas las estrategias necesarias para cambiar esta realidad, aún es necesario profundizar sobre la importancia de la seguridad psicológica que deben brindar las instituciones a sus docentes, tomando en cuenta que actualmente solo el 18% de las organizaciones se enfocan en fomentar esta seguridad psicológica en sus trabajadores, y la docencia no es la excepción. Con esta información se pueden plantear nuevas investigaciones más complejas sobre la afectación real que sufren los docentes en su salud física y mental, y a través del perfil que se ha podido establecer en la investigación previa, se genere un conocimiento más profundo con el objetivo de planificar estrategias de promoción y prevención para disminuir la prevalencia de trastornos mentales asociados a esta profesión, motivando así el equilibrio emocional de los docentes y como consecuencia mejoren los procesos y la calidad de la educación.



9.2 Discusión de las fortalezas y limitaciones de la propuesta de investigación y de la propuesta de intervención

El objetivo de esta investigación tiene varios propósitos, uno de ellos es motivar a las instituciones educativas a poner en práctica acciones para el desarrollo de la salud emocional de sus docentes, lo cual es beneficioso para mejorar la calidad de la educación en nuestro país, por otra parte, este proyecto permite ver de una manera respetuosa y empática la realidad de muchos niños que luchan todos los días por incluirse y su derecho a recibir una educación digna en un sistema de educación deficiente, que no está preparado para cubrir todas sus necesidades. También existen factores que dificultan que se puedan cumplir estos objetivos, uno de ellos es el factor social, donde no se le da la importancia debida a la salud mental, además existe también una falta de cultura de autocuidado, por lo cual es difícil luchar con patrones de comportamiento ya establecidos, no se ponen en práctica protocolos de cuidado del cuidador, es así que se puede recabar toda la información necesaria, se pueden crear planes a nivel macro sobre esta problemática, pero de no existir una verdadera educación emocional desde la infancia, no se comprenderá la verdadera importancia de desarrollar herramientas de inteligencia emocional, habilidades de afrontamiento y resolución de conflictos, por ello existen muchos docentes con resistencia al cambio, que prefieren quejarse de esta realidad y no hacen un trabajo individual por su bienestar. Este trabajo también intenta mostrar, la importancia que tiene el equilibrio emocional de docentes que día a día tienen que ser el soporte y guía en el aula, de niños con dificultades de diversas índoles, así también busca reafirmar que tanto los docentes como sus estudiantes necesitan las mejores condiciones para desarrollar un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje.



9.3 Conclusiones generales tras desarrollar la propuesta de investigación y la propuesta de intervención

Este proyecto de investigación abrió la posibilidad de recabar información concreta sobre cuál es el estado emocional de docentes de preescolar que trabajan con niños con necesidades educativas especiales, llegando a la conclusión de que si existe una afectación en el área emocional, siendo la ansiedad una de las emociones que prevalecen en esta interacción, además del estrés y el agotamiento propios de esta profesión. Un factor relevante, es que no es común en nuestro medio que se apliquen protocolos de cuidado del cuidador en el ámbito educativo, esto se aplica más en el ámbito de la salud, es decir, que ni siquiera se le ve como una necesidad. Definitivamente, la calidad de las interacciones entre educadores y niños importa. Esto significa que quienes plantean políticas sobre educación deben canalizar esfuerzos y recursos para crear las condiciones que permitan capacitar y retener a los educadores capaces de ofrecer interacciones de alta calidad a los niños a su cargo, sin dejar de lado su bienestar integral.

9.4 Recomendaciones o propuestas

Dado el creciente número de docentes que atraviesan situaciones de salud física y mental asociadas a su trabajo, es de vital importancia que se sigan realizando investigaciones más exhaustivas sobre las implicaciones emocionales de trabajar con niños con necesidades educativas especiales y la importancia de contar herramientas específicas para cumplir con este desafío de manera efectiva, un docente en la actualidad debe estar en la capacidad de manejar una aula con diversidad de estudiantes y a la vez estar en la capacidad de desarrollar estrategias de autocuidado. Un proyecto como este debe invitarnos a la reflexión de que la educación es mucho más que impartir conocimientos, es dejar una huella en la humanidad, por eso tanto educadores como estudiantes deben estar en las mejores condiciones para enseñar y aprender.



REFERENCIAS

- Bisquerra, R. (2011) *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao Desclée de Brouwer.
- Costa Rodriguez, Claudia, Palma Leal, Ximena, & Salgado Farías, Carla. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la Inteligencia Emocional para la aplicación de la Educación Emocional en la práctica pedagógica de aula. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 47(1), 219-233.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052021000100219>
- Flores, Noelia, Ana M^a Flórez-Cajamarca, y Cristina Jenaro. 2021. Factores de riesgo y protectores del burnout en docentes que atienden a alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) en el aula ordinaria. *Revista de Educación Inclusiva* 14 (2): 105-20.
<https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/707>.
- González, R. C., Aranda, D. R., & Berrocal, P. F. (2010). Docentes emocionalmente inteligentes. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 13(1), 41-49.
- González-Rojas, Y. y Triana-Fierro, D.A. (2018). Actitudes de los docentes frente a la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales. *Revista Educación y Educadores*, 21(2), 200-218. doi: 10.5294/edu.2018.21.2.2.
- Gálvez, Camila Abarca, Lucía Ramírez Gutiérrez, y Tomás Caycho-Rodríguez. (s/f) *Inteligencia emocional y burnout en docentes de educación inicial de Ayacucho*.
- Ley Orgánica de Discapacidades (2012), *prescribe que el Estado garantizará el derecho a la educación (artículo 27) y la educación inclusiva (artículo 28) para las personas con discapacidad*.
https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/07/Modulo_Trabajo_EI.pdf
- Baptista, P., Fernández, C. & Hernández, R. (2010). *Metodología de la Investigación*. 5ta Edición DF McGraw-Hill.
- Hamilton, M. (1959) *The assessment of anxiety states by rating*. *Brit J Med Psychol* 1959; 32:50-55.
- Baptista, P., Fernández, C. & Hernández, R. (2010). *Metodología de la Investigación*. 5ta Edición México DF McGraw-Hill.



Pincay-Aguilar, Iván, Gabriela Candelario-Suarez, y Jesús Castro-Guevara. (2018) Inteligencia Emocional en el Desempeño Docente. *Psicología UNEMI* 2 (2): 32-40.
<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol2iss2.2018pp32-40p>.

Briones, José Galdino Burgos, Vinicio Nikoyan Cevallos Ponce, y Jennifer Dolores Anchundia Párraga. (s/f) Síndrome de Burnout y calidad educativa docente». *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía* 4 (8): 739-51. Accedido 25 de octubre de 2023.
<https://doi.org/10.35381/r.k.v4i8.481>.

García, Tania Calle. 2021. La educación inclusiva en Ecuador. Aplicabilidad durante la virtualidad en el nivel inicial. *Orientación y Sociedad* 21 (1): e033-e033.
<https://revistas.unlp.edu.ar/OrientacionYSociedad/article/view/12363>.

Mora Miranda, Nieves, Valentín Martínez-Otero Pérez, Sara Santander Trigo, Martha Leticia Gaeta González, Nieves Mora Miranda, Valentín Martínez-Otero Pérez, Sara Santander Trigo, y Martha Leticia Gaeta González. 2022. Inteligencia emocional en la formación del profesorado de educación infantil y primaria. *Perspectiva Educativa* 61 (1):53-77.
<https://doi.org/10.4151/07189729-vol.61-iss.1-art.1234>.

Organización Mundial de la Salud. Salud mental: un estado de bienestar. Ginebra: OMS. 2011.
Consultada el 10 de noviembre de 2023.
http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/index.html

Palacios, M., Montesdeoca de Oca, V., & Montes, V. (2020). *Condiciones de Trabajo y Estrés en Académicos Universitarios*. www.cienciaytrabajo.cl/49/53

Acosta, M., Parra, L., Burbano, C., Aguilera, M., & Pozos, B. (2019). Estrés laboral, burnout, salud mental y su relación con violencia psicológica en docentes universitarios. *Salud Uninorte*, 35.

Rodríguez, A., Bermello, I., Pinargote, E., & Durán, U. (2018). El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 3.

<https://www.nationalgeographicla.com/ciencia/2022/11/que-es-la-salud-mental-segun-la-oms>

Alvites, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141.
<https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>